

癒やしのハーブ園訪問レポート

6月8日（日）に保健委員と希望者で東区矢津にある夢百姓さんのハーブ園を訪問し、疲れた心と身体に優しいハーブについて学んできました。



ハーブ園の方からハーブの種類や効能に関するお話を聞きながら、コモンマロウのハーブティーを味わいました。



また、バケツとはさみを両手に抱えて農園を歩き、カモミール、ステビア、スペアミント、コモンマロウ、ブラックマロウを収穫させてもらいました。



畑でステビアの葉をかじって天然の甘みを感じたり、鳥の声を聞きながらチョウチョが舞う中でハーブを収穫し、大自然のマイナスイオンとハーブ園の方の温かさをたっぷり感じて帰りました。

6月13日（金）の放課後、収穫したハーブを使って五感で味わうフレッシュハーブティー会を開催し、学んできたことをみなさんに伝えたいと思います。

次回のレポートをお楽しみに！

